Conf. Dr. ISIDOR IANCU

DESPRE HIPNOZĂ ȘI SUGESTIE

252

SOCIETATEA PENTRU RĂSPÎNDIREA ȘTIINȚEI ȘI CULTURII
București 1957

Scanned with OKEN Scanner

1. DESPRE HIPNOZĂ ȘI SUGESTIE

Ani de-a rîndul, în vremea regimului burghezo-moșieresc, prin fața publicului din diferite orașe ale țării se perindau pretinși „doctori în științele oculte", care făceau exhibiții de telepatie, hipnotism, magie, magnetism animal etc., etc.

Reclama lor era astfel meșteșugită, încît exploatînd naivitatea și curiozitatea publicului, încercau să-i exalte interesul pentru o serie de false probleme privitoare la fenomene așa-zise supranaturale. Apoi, sub oblăduirea condamnabilă a autorităților de pe atunci, urmau spectacolele. Acestea aveau ca efect, pe de o parte sporirea prejudecăților și confuziilor în mintea spectatorilor, iar pe de altă parte, umplerea buzunarelor celor interesați.

Acest aspect de dezmăț și obscurantism al societății burgheze a provocat la unele dintre personalitățile progresiste ale științei și culturii romînești de pe atunci, o categorică atitudine de dezaprobare.

Astfel, este cunoscut faptul că marele savant neurolog prof. Gh. Marinescu, nu mult după primul război mondial, a demascat fără cruțare atît conținutul antiștiințific al acestor spectacole, cît și partea de vină ce revenea regimului politico-social care nu numai că le tolera, dar le și susținea.

„Este de datoria mea — spune prof. Gh. Marinescu în 1922 — în calitate de profesor de neurologie, care am studiat ani întregi chestia hipnotismului în toate fazele sale și de fost elev al lui Charcot, care a reabilitat hipnotismul, de a protesta în contra acestor „doctori în științele oculte", căci asemenea științe nu există, știința fiind lumină și

Scanned with OKEN Scanner

adevăr, de a denunța pe acești ocultiști care maschează adevărul, care propagă curente nesănătoase, întreținind un spirit de obscurantism" [1].

După ce ilustrează prin numeroase exemple felul cum presa de altădată stîrnea în opinia publică interesul pentru așa-zisele științe oculte, prof. Gh. Marinescu subliniază cu indignare: „Așadar la noi în țară există autorități care nu numai că nu împiedică propagarea științelor oculte, dar favorizează pe față impostura și obscurantismul. Nu este dar de mirare dacă științele oculte vor găsi mulți partizani și dacă, pe de altă parte, exercițiul ilegal al medicinei va fi practicat pe o scară intensă. De mult timp lupt în contra acestei stări nenorocite" [2].

Dar ar fi nejust să credem că cele de mai sus constituie o realitate izolată, proprie numai trecutului țării noastre.

Astăzi știm că în multe țări și la multe popoare, fenomenele hipnozei și sugestiei au fost interpretate în mod mistic, și adesea îmbinate cu diferite prejudecăți și superstiții, ceea ce a servit intereselor exploatării de clasă.

Adevărul este că, în general, în istoria teoriei și practicii hipnozei, pot fi întîlnite numeroase ciocniri de opinii; mai precis se constată o înverșunată luptă între concepția materialistă și cea idealistă, aceasta din urmă camuflîndu-se sub variate forme.

2. SCURT ISTORIC AL DEZVOLTĂRII CUNOȘTINȚELOR DESPRE HIPNOZĂ ȘI SUGESTIE

Documentele arată că încă din timpurile străvechi era cunoscută și folosită practica hipnozei.

În îndepărtatul Egipt, în străvechea Indie, ca și în antica Grecie, preoții foloseau stările hipnotice spre a „interpreta" unele fenomene considerate drept manifestări ale zeilor.

Există documente care arată că în cursul unor ceremonii religioase de pe acea vreme, grupuri de oameni a-

---

[1] Gh. Marinescu, „Hipnotismul din punct de vedere terapeutic și medico-legal". Cultura națională 1923, pag. 1—2.

[2] Gh. Marinescu, „Hipnotismul" pag. 47-48.

Scanned with OKEN Scanner

flați în temple erau puse de către preoți să privească fix și prelung anumite obiecte strălucitoare, în timp ce gongul bătea un ritm regulat. În urma acestei ceremonii oamenii cădeau într-o stare specială, vorbind și acționînd în conformitate cu ordinele primite. De asemenea, se cunosc cazuri de hipnoză colectivă, provocată la anumite secte religioase prin practici rituale, ca: psalmodieri, clătinări ritmice ale capului și trunchiului, linii melodice monotone etc.

Este limpede că „făcătorii de minuni" de atunci, ca și cei de mai tîrziu, trăgînd toate beneficiile din astfel de manifestări, aveau tot interesul să le întrețină într-o anumită atmosferă de taină și, bineînțeles, să nu divulge maselor largi „secretul" provocării lor.

Totuși există dovezi că unii medici din antichitate — și printre aceștia numele lui Asclepias revine mai des — ar fi practicat hipnoza chiar în scopuri curative. Această din urmă tradiție progresistă însă s-a pierdut cu desăvîrșire în întunericul Evului Mediu. Este interesant faptul că în cursul acestei perioade hipnoza a fost folosită îndeosebi în cadrul unor spectacole.

Abia o dată cu epoca Renașterii, interesul pentru fenomenele hipnotice a reapărut. De astă dată însă, încercările stăruitoare de a lega aceste fenomene de așa-zisa problemă a spiritismului, au constituit desigur o piedică esențială în calea înțelegerii naturii reale a hipnozei.

Este bine cunoscută teoria antiștiințifică asupra hipnozei formulată de A. Mesmer, medic care a trăit la Viena în a doua jumătate a veacului al XVIII-lea. Conform acestei teorii natura hipnozei ar consta într-un „fluid magnetic".

Chirurgul englez James Braid (din Manchester) a fost primul cercetător care în decada a 5-a a veacului al XIX-lea a încercat o interpretare științifică asupra fenomenelor hipnozei. Meritul acestuia a constat pe de o parte în faptul că el a respins teoria mesmeriană (1843) iar pe de altă parte în aceea că a subliniat înrudirea izbitoare dintre fenomenele hipnozei și cele ale somnului. Tocmai plecînd de la această asemănare el a creat în 1843 termenul de hipnoză — termen care are la rădăcina sa cuvîntul grecesc

Scanned with OKEN Scanner

hipnos care înseamnă somn. Mai mult încă, pentru prima oară Braid a aplicat hipnoza în practica chirurgicală.

Spre sfîrșitul veacului al XIX-lea neurologi și psihiatri din diverse țări, au întreprins variate studii care aveau drept obiectiv aplicarea în clinicile lor a fenomenelor hipnotice. Astfel, pornind de la experiența lor clinică, Charcot, clasic al neurologiei franceze, Bernheim din Nancy și alții, au formulat diferite teorii cu privire la hipnoză.

Charcot a studiat hipnoza pe bolnavii isterici. De aici și punctul său de vedere conform căruia starea de hipnoză n-ar fi altceva decît o varietate de acces isteric. Iată de ce această teorie care asimilează fenomenele isterice cu sugestia, după moartea lui Charcot, a dus la înlăturarea hipnozei din practica clinică.

La rîndul său, Bernheim (din Nancy) reducea fenomenele hipnozei la sugestibilitatea omului, atribuind sugestiei verbale un rol hotărîtor. Dar acest cercetător nu a văzut esența fiziologică a fenomenului de sugestie verbală.

Dat fiind că la cercetătorii respectivi nu exista o poziție consecvent materialistă în interpretarea fenomenelor hipnotice, precum și datorită faptului că pe acea vreme încă nu erau cunoscute legile activității nervoase superioare, teoriile emise nu au reușit să fundamenteze în mod științific folosirea hipnozei în medicina curativă.

O contribuție importantă la dezvoltarea teoriei și practicii hipnozei a fost adusă de savanții ruși și sovietici.

Astfel, V. I. Danilevski, profesor de fiziologie la Universitatea din Harkov a întreprins pentru prima oară o serie de cercetări asupra fenomenelor hipnotice la diferite animale, precum: broaște, raci, crabi, pești, șopîrle, șerpi, crocodili, păsări etc. Imobilizînd în mod brusc animalul și impunîndu-i o poziție nefirească (de exemplu fixarea pe spate pentru mai multă vreme a unei păsări), sau acționînd prin diferiți excitanți fizici, Danilevski a constatat că acesta rămîne într-o stare de nemișcare și de înțepenire și că încetează de a mai reacționa la excitanți dureroși. Același cercetător a ajuns la concluzia că în esență există o unitate a fenomenelor hipnotice la animale și la om.

A. A. Tokarski, elevul și continuatorul marelui psihia-

Scanned with OKEN Scanner

tru S. S. Korsakov, a studiat și a aplicat hipnoza și sugestia în scop terapeutic, subliniind efectele lor curative.

Un rol și mai important în dezvoltarea hipnozei l-a avut fără îndoială marele neurolog și psihiatru rus V. M. Behterev. El a pus bazele studierii hipnozei în condiții

Fig. 1. Secțiune mediosagitală prin creierul adultului

experimentale la om. In această privință el a întreprins o serie de cercetări, necunoscute pînă atunci, cu scopul de a stabili modificările diferitelor funcțiuni ale organismului în cursul hipnozei. De asemenea, Behterev a fost printre primii autori care au dat indicații prețioase pentru aplicarea largă a hipnozei și sugestiei verbale în clinica medicală.

Cel care a descoperit natura fiziologică a fenomenelor hipnotice și care a dat o fundamentare științifică metodei sugestiei verbale și somnului hipnotic a fost marele savant I. P. Pavlov.

Concepția sa fiziologică construită pe un uriaș material experimental ne permite să înțelegem raporturile

Scanned with OKEN Scanner

reale dintre procesele psihice și cele fiziologice din cursul stării hipnotice.

Gîndirea științifică a lui I. P. Pavlov nu numai ca a reușit să creeze modele și condiții experimentale cu totul noi de producere a fenomenelor hipnotice la animale, dar a descoperit și mecanismul fiziologic rămas necunoscut pînă atunci.

In cele ce urmează vom încerca să prezentăm cîteva din problemele hipnozei în lumina concepției lui I. P. Pavlov.

3. FENOMENELE HIPNOZEI ȘI SUGESTIEI VERBALE. EXPLICAȚIA LOR FIZIOLOGICĂ ÎN LUMINA CONCEPȚIEI LUI I. P. PAVLOV

Pentru oricine ar vrea să rezolve în mod științific problemele hipnozei, un lucru trebuie să fie limpede și anume că fenomenele hipnotice sînt fenomene naturale și ca atare, în esența lor, nu pot avea nimic misterios, nimic care să fie în afara legilor obiective ale naturii.

Unele fapte din cursul stării hipnotice sînt destul de bine cunoscute. Să le prezentăm în cîteva cuvinte.

Se aduce o persoană pentru experiență sau un bolnav psihic, într-o încăpere semiîntunecoasă, în condiții de liniște și apoi i se vorbește. Cuvintele pe care medicul psihiatru i le adresează sînt rostite cu o voce scăzută și repetate cu o intonație monotonă. Aceste cuvinte se refera neîncetat la unele fenomene care apar în cursul adormirii și somnului și pe care, desigur, subiectul le cunoaște din propria sa experiență naturală. Hipnotizatorul repetă unele propoziții scurte precum: „ochii ți se închid", „umerii ți-s grei", „ești obosit", „ți-e somn", „somnul te cuprinde", „nu vei mai auzi decît vocea mea" etc.

In același timp cu rostirea cuvintelor de mai sus, subiectul este pus să privească fix ochii hipnotizatorului. Acesta din urmă îi produce totodată o serie de atingeri ușoare și ritmice pe frunte și pe membrele superioare.

In adevăr, se constată că la un moment dat, subiectul nu-și mai poate ține ochii deschiși, nici capul drept, iar mîna care i-a fost ridicată, cade inertă. Dacă i se provoacă

Scanned with OKEN Scanner

o înțepătură sau o altă excitație dureroasă, nu mai răspunde printr-un reflex de apărare. Se mai constată că legătura subiectului cu natura înconjurătoare este ruptă, cu excepția doar a ordinelor venite de la hipnotizator.

Prin urmare, se poate afirma, că pe măsură ce se a-

Fig. 2. **Secțiune frontală prin creier**

dîncește starea hipnotică, persoana hipnotizată își pierde tot mai mult mișcările așa-zise voluntare și în schimb, în conformitate cu ideile sugerate, ea va menține multă vreme atitudinile și pozițiile — adesea incomode și obositoare — care au fost imprimate unora dintre segmentele corpului său. Acest din urmă fenomen este cunoscut sub denumirea de stare cataleptică.

In același timp există o îngustare a cîmpului conștiinței, cîmp în care se menține posibilitatea unei percepții, unei orientări și concentrări a atenției. In plus se obține ca persoana hipnotizată să poată înțelege și îndeplini, să zicem „orbește", ordinele transmise pe cale verbală. Acest fapt arată că persoana hipnotizată menține contactul și

Scanned with OKEN Scanner

legătura cu medicul hipnotizator. Ba chiar mai mult, se constată că în cursul stării de hipnoză subiectul manifestă față de hipnotizator o foarte mare docilitate, primindu-i toate sugestiile cu multă ușurință și executînd ordinele acestuia fie imediat, fie cu întîrziere, adică după trezirea din hipnoză (ordin posthipnotic).

Dar ceea ce ne izbește atunci cînd urmărim reacțiile

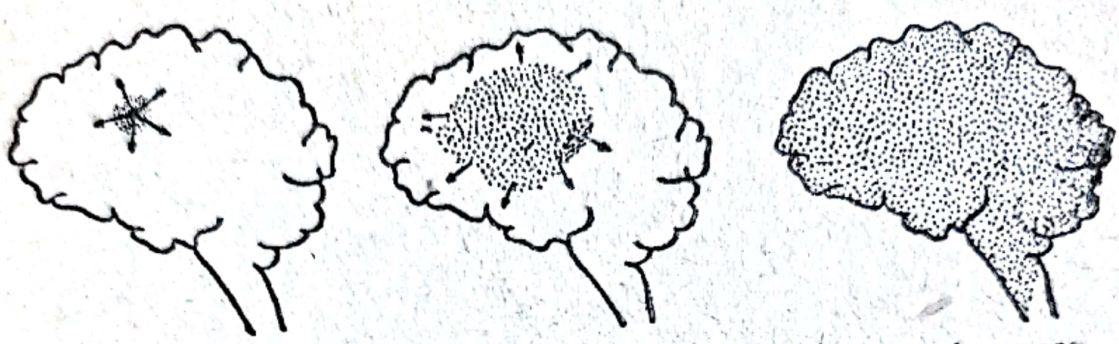

Fig. 3. **In cursul adormirii, inhibiția se răspîndește în masa emisferelor cerebrale**

unei persoane supuse hipnozei este, în special, asemănarea acestor reacții cu unele din starea de somn natural. Firește că nu întîmplător starea descrisă anterior a fost etichetată în urmă cu peste o sută de ani, de către Braid, prin termenul de hipnoză.

Desigur că există o anumită asemănare și cu somnul narcotic, dar după cum se știe, acesta din urmă presupune acțiunea unei substanțe chimice speciale (luminal, chloral hidrat etc.), care provoacă un somn artificial.

Numeroase sînt cercetările savanților sovietici și în special cele întreprinse de C. I. Platonov și colaboratorii săi — prin care s-a arătat că în cursul somnului hipnotic apar multe fenomene fiziologice asemănătoare celor din cursul somnului natural. Astfel, atît în somnul natural cît și în cel hipnotic se manifestă o scădere a tensiunii arteriale și tensiunii intraoculare, rărirea bătăilor inimii și a respirației, modificări în activitatea electrică a creierului [1] etc.

Ba chiar mai mult, cercetările experimentale făcute de

---

[1] Cu ajutorul metodei electroencefalografice pot fi înregistrați curenții de acțiune ai creierului atît în starea de veghe cît și în starea de somn.

A. N. Matkevici au stabilit că somnul hipnotic este capabil să refacă organismul care anterior a fost supus unei oboseli, întocmai ca și somnul natural. Pe de altă parte, încă de mult s-a constatat faptul că la trezirea din hipnoză apar fenomene analoge celor ce urmează imediat după somnul natural (de ex. frecarea la ochi și altele).

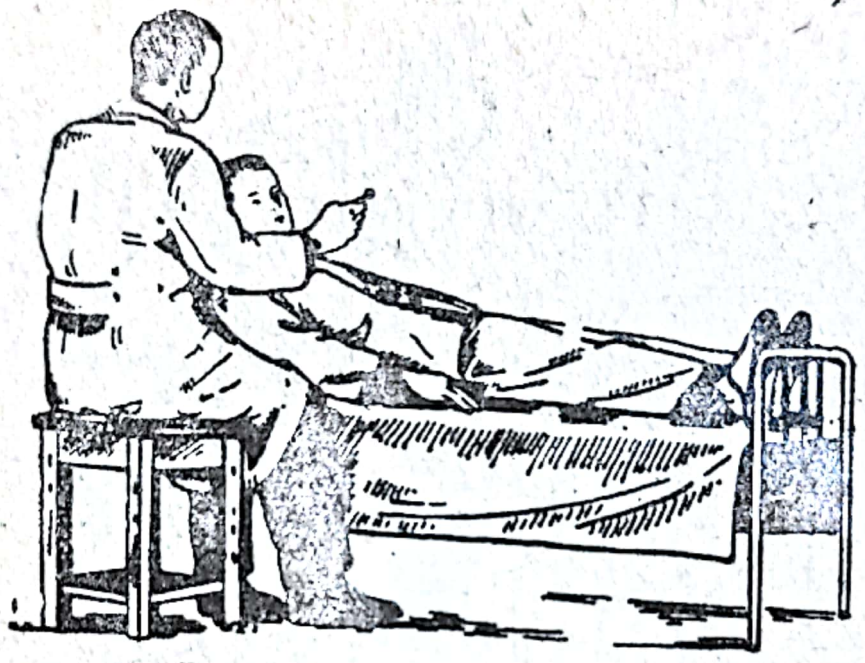

Fig. 4. Procedeu de hipnotizare

Deși sînt evidente aceste fenomene comune, totuși, între starea de hipnoză și somnul natural există și anumite deosebiri. În primul rînd, însuși faptul că starea de hipnoză este provocată în condiții artificiale. Apoi, dacă în timpul somnului legătura cu excitanții din mediul înconjurător este complet ruptă, în schimb, în starea hipnotică, această legătură, deși foarte limitată, totuși, se menține vie, concretă. După cum se spune în termenii de specialitate, se stabilește „un raport" între subiectul adormit și hipnotizator. O dovadă a existenței acestui „raport" o constituie însuși faptul că persoana hipnotizată nu aude decît vocea hipnotizatorului și nu reacționează decît numai la ordinul acestuia.

Rezultă de aici că într-adevăr între somnul natural și starea hipnotică există anumite diferențe. Intrucît în starea hipnotică ruperea de mediu nu este totală, putem chiar afirma că ea nu este altceva decît o variantă de

Scanned with OKEN Scanner

somn, adică un somn incomplet, un somn parțial, de tip special și provocat în mod artificial.

Totuși, trebuie să ne oprim puțin și la întrebarea: oare în cursul somnului natural totdeauna se produce o rupere totală a individului de mediu?

În această privință pot fi invocate, printre altele, și

Fig. 5. **Procedeu de hipnotizare**

unele observații stabilite mai de mult, asupra cărora a insistat Pavlov.

Deseori s-a vorbit despre felul special în care-și face somnul de pildă mama unui copil sugar sau morarul. In adevăr, s-a observat ușurința cu care mama se trezește din somn la cele mai neînsemnate mișcări ale sugarului, în timp ce alți excitanți, deși mult mai puternici, nu provoacă nici un efect. După cum se știe, exact același lucru se întîmplă și cu morarul care se trezește de îndată ce apare zgomotul care arată că moara a ajuns să macine în gol și în schimb își poate continua somnul la producerea altor zgomote mult mai puternice.

Exemplele prezentate mai sus arată în mod clar că și în timpul somnului natural pot fi menținute unele „raporturi" cu anumiți excitanți din mediu.

De altfel, existența aceluiași fenomen a fost demonstrată experimental la cîine de către I. P. Pavlov.

Astfel, s-a putut constata în condiții de laborator că

Scanned with OKEN Scanner

animalul aflat în stare de somn se trezește numai la acțiunea excitantului condiționat alimentar și continuă să doarmă la alți excitanți chiar mai puternici.

Care să fie explicația acestui fapt?

Pentru a înțelege mecanismul fenomenelor descrise

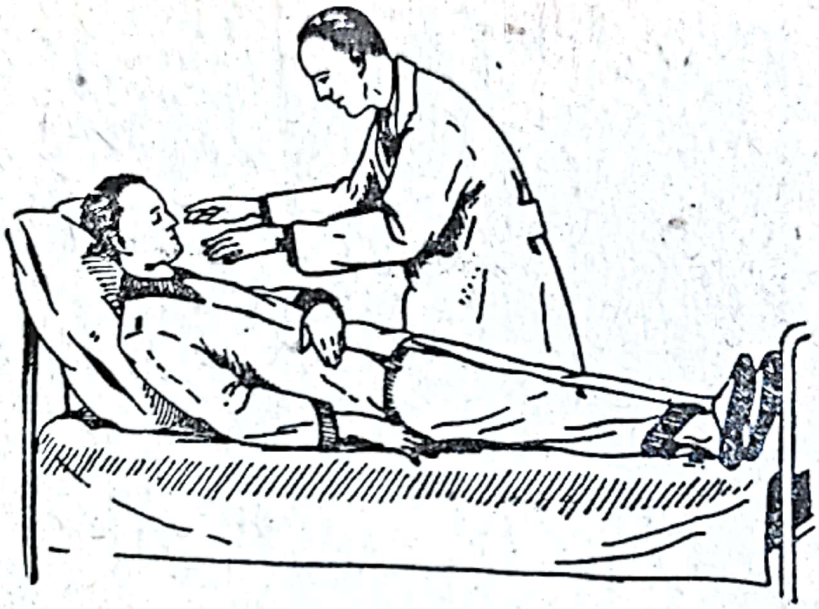

Fig. 6. **Procedeu de hipnotizare**

mai sus este necesar să ne oprim puțin asupra cîtorva noțiuni fundamentale de fiziologie a activității nervoase superioare.

După cum se știe, învățătura lui I. P. Pavlov a dovedit că la baza activității emisferelor cerebrale se află raporturile contradictorii dintre două procese nervoase fundamentale: excitația și inhibiția. Pe cînd *procesul de excitație* determină un efect pozitiv, adică o anumită activitate a organismului, *procesul* de *inhibiție,* dimpotrivă, slăbește sau suspendă acea activitate.

Procesul inhibitor joacă un rol deosebit în activitatea emisferelor cerebrale. Încă în 1862, I. M. Secenov — „părintele fiziologiei ruse" — a vorbit cel dintîi despre fenomenele inhibiției din activitatea creierului. El a putut dovedi prin experiențe speciale acțiunea de frînare pe care o exercită inhibiția centrală din creier asupra altor segmente ale sistemului nervos central. O contribuție importantă la studiul inhibiției a adus-o ulterior fiziologul N. E. Vvedenski. Acesta, studiind excitabilitatea nervilor și

Scanned with OKEN Scanner

mușchilor, a stabilit existența unor raporturi strînse dintre excitație și inhibiție, ca și posibilitatea trecerii unui proces în celălalt. Dar I. P. Pavlov este acela care a dovedit printr-un vast material experimental, raporturile

Fig. 7. **Bolnava hipnotizată păstrează mult timp poziția imprimată de hipnotizator, chiar dacă aceasta este incomodă**

dintre inhibiție și excitație în cadrul activității nervoase superioare.

I. P. Pavlov a atras atenția asupra faptului că orice celulă din scoarța cerebrală care a desfășurat o anumită activitate are nevoie de repaus pentru a-și reface capacitatea de lucru. Acest lucru ne permite să înțelegem de ce imediat după excitație urmează inhibiția. În același timp, prin faptul că reface excitabilitatea celulară, procesul inhibitor la rîndul său face posibilă producerea unui nou proces de excitație. Aceste două procese nervoase — excitația și inhibiția — se ciocnesc, se delimitează unul pe celălalt, se interacționează continuu. În mod normal ele se află într-o unitate vie, dinamică.

Tocmai echilibrul rezultat din raporturile mereu noi și contradictorii dintre excitație și inhibiție este acela care asigură organismului posibilitatea de a reacționa cît mai

Scanned with OKEN Scanner

adecvat, cît mai fin și fără risipă de energie, la condițiile atît de schimbătoare ale mediului său înconjurător.

Legile activității nervoase superioare pe care le-a descoperit genialul fiziolog I. P. Pavlov exprimă desigur diferitele modalități de mișcare și de interacțiune ale celor

Fig. 8. **Bolnava hipnotizată nu simte durere în momentul înțepării ei**

două procese nervoase fundamentale la nivelul emisferelor cerebrale.

De asemenea, se mai știe că după I. P. Pavlov, somnul natural nu este altceva decît o stare fiziologică a organismului, determinată de răspîndirea procesului de inhibiție în masa emisferelor cerebrale.

Somnul apare și se adîncește pe măsură ce inhibiția cuprinde părți din ce în ce mai mari din emisferele cerebrale. De bună seamă că în acest caz, echilibrul obișnuit dintre cele două procese nervoase a fost modificat în sensul predominării procesului inhibitor. Așa că în momentul în care inhibiția a cuprins și formațiunile nervoase aflate sub scoarța cerebrală, adică la baza creierului, apar semnele unui somn profund.

In lumina concepției pavloviste despre baza fiziologică a somnului putem înțelege și mai limpede exemplele pre-

Scanned with OKEN Scanner

zentate mai sus. În adevăr, atît în cazul mamei care se trezește la cel mai mic scîncet al sugarului sau în cazul morarului, cît și în cazul cîinelui din experiență care se trezește numai la excitanții condiționați alimentari, putem vorbi de o răspîndire inegală, neomogenă, a inhibiției pe scoarța cerebrală. Cu alte cuvinte, putem considera că în cazurile menționate s-a realizat menținerea stării active la nivelul anumitor zone corticale, în timp ce restul scoarței cerebrale se află în stare de inhibiție.

Zonele corticale prin mijlocirea cărora organismul celui care doarme mai menține încă legătura cu lumea înconjurătoare, au fost considerate de către I. P. Pavlov puncte de „strajă" sau de „veghe".

Se înțelege de la sine că acei agenți din mediu care excită tocmai funcția pe care o exercită acele „puncte de strajă" vor provoca din partea organismului o reacție corespunzătoare.

Toate faptele arată că „punctele de strajă" din activitatea cerebrală a omului care doarme nu sînt întîmplătoare, ci dimpotrivă, se formează în raport cu condițiile proprii de viață ale acestuia și de aceea ele au la baza lor legăturile nervoase caracteristice reflexelor condiționate.

Dacă în adevăr în cursul somnului natural pot fi menținute anumite legături cu mediul înconjurător, iar în starea hipnotică cel hipnotizat păstrează aceste legături exclusiv prin persoana hipnotizatorului, rezultă că între aceste fenomene există o asemănare. Cercetările ulterioare au confirmat ideea că somnul natural și cel hipnotic prezintă un mecanism fiziologic comun, cu diferența doar că starea hipnotică constituie un somn parțial al emisferelor cerebrale. În adevăr, în cazul hipnozei, pe fondul inhibiției unei mari părți a creierului se mențin zone libere de inhibiție, prin intermediul cărora reacționează cel hipnotizat.

Dar mai putem aduce și alte exemple de somn incomplet. Astfel, fenomene asemănătoare celora din somnul parțial provocat prin hipnoză găsim și în clinica bolilor psihice. Oare așa-zisul somnambulism sau luantism — deseori de natură epileptică — care se caracterizează prin desfășurarea unor activități în cursul somnului și de care a doua zi bolnavul nu-și mai poate aminti, este altceva decît un somn incomplet? Asemănătoare stărilor hipno-

Scanned with OKEN Scanner

tice pot fi considerate și anumite manifestări din cursul acelei boli psihice grave și frecventă, denumită schizofrenia. Această boală, întîlnită în deosebi la oamenii tineri, prezintă unele forme clinice (sindromul catatonic) în care imobilitatea, pasivitatea, ruperea de mediu etc. sînt tipice.

Spre a înțelege și mai temeinic mecanismul fiziologic ce stă la baza fenomenelor hipnotice este necesar să arătăm în puține cuvinte, condițiile de laborator în care au putut fi provocate aceste fenomene la animale.

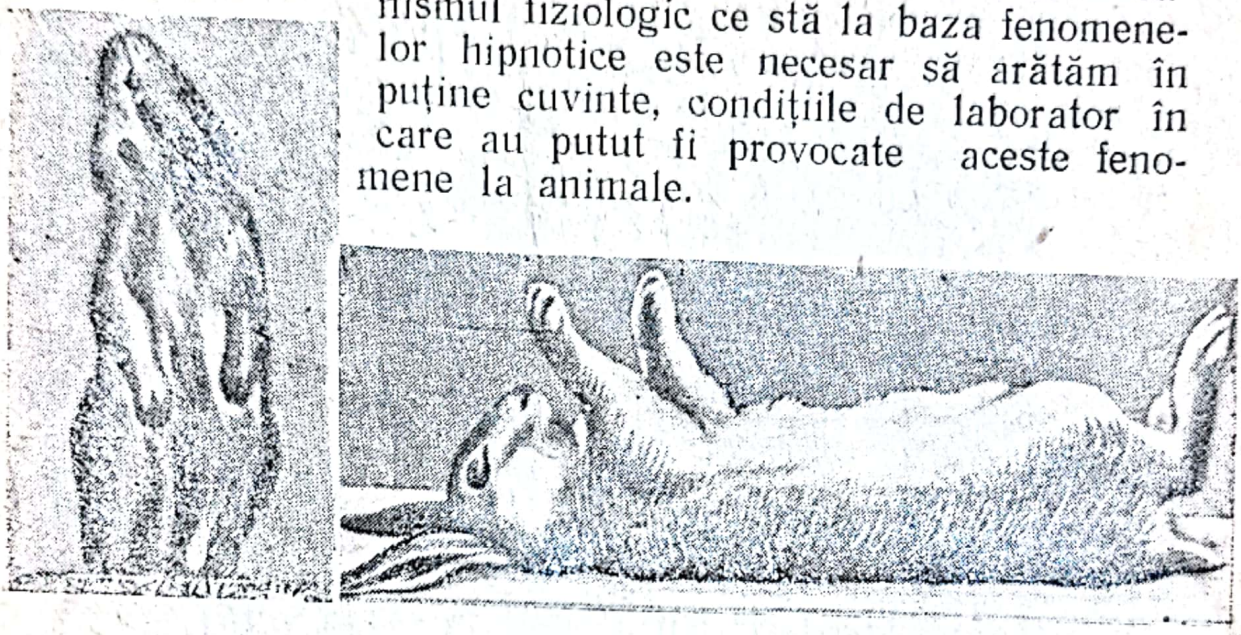

Fig. 9 și 10. Hipnoza la animale

Observații asupra stărilor hipnotice la animale datează de multă vreme.

Încă în 1646, Kircher a semnalat un fenomen ciudat. Dacă în fața ciocului unui cocoș se trage cu creta o dungă pe pămînt atunci animalul rămîne nemișcat timp de cîteva secunde. Abia două veacuri mai tîrziu Czermak a apropiat acest fenomen de starea hipnotică. Același lucru s-a întîmplat și cu alte fenomene asemănătoare provocate la animale.

Astfel, s-a observat că diferite excitații periferice, bruște și violente, pot determina adevărate stări cataplexice[1],

[1] Prin cataplexie înțelegem acea stare patologică în care în mod brusc se produce o scădere masivă a tonusului mușchilor scheletici. Uneori fenomenele cataplexice apar sub formă de crize trecătoare la trezirea din somn. Acești bolnavi, deși din punctul de vedere al conștiinței au ieșit din starea de somn, totuși din punct de vedere motor nu se pot mișca, deoarece musculatura lor are un tonus foarte scăzut. Unii indivizi fac crize cataplexice la emoții mai puternice (plăcute sau neplăcute). De fapt cataplexia este un somn parțial, patologic.

Scanned with OKEN Scanner

adică stări de „paralizie" prin spaimă. Dacă însă se provoacă excitații periferice slabe, prelungite și monotone, apar adevărate stări hipnotice.

Iată cîteva exemple.

Se strînge ușor cu o pensă nările unui porc de India,

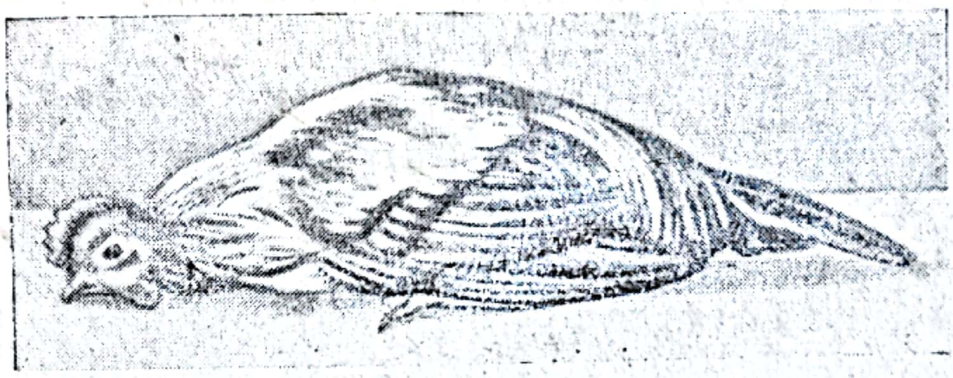

Fig. 11. Hipnoza la animale

sau aceluiași animal i se ține ușor urechea între degete. Numai după o jumătate de minut animalul cade într-o stare hipnotică. Chiar dacă se îndepărtează pensa sau degetele, animalul își menține starea sa de stupoare. În timpul cît se află în această stare putem imprima animalului fel de fel de atitudini ciudate. Adesea o ușoară lovitură sau simpla suflare asupra sa ajunge să readucă animalul la starea sa normală.

Putem efectua și o altă experiență interesantă tot cu porcul de India. Astfel, dacă apucăm în mod brusc și menținem cu putere animalul în nemișcare, ținîndu-i pîntecele în aer, i se provoacă acestuia, după puțin timp, o stare inertă din care nu iese chiar dacă el este excitat.

Iată descrierea (Ch. Richet) unei stări hipnotice la broască : se ia o broască viguroasă și agilă, pe care o ținem timp de aproximativ două minute între degete, policele pe burtă, iar celelalte patru degete pe spinare și nu o strîngem decît exact atît cît trebuie s-o împiedicăm să fugă. Totuși, mișcările broaștei devin din ce în ce mai lente și lenește ; abia dacă ea mai face eforturi ca să fugă ; în sfîrșit atunci cînd o punem pe masă, ea rămîne cu pîntecele în sus, imobilă și aceasta timp de un sfert de oră, cîteodată și mai mult. S-a constatat că spre deosebire de

Scanned with OKEN Scanner

ceea ce se întîmplă în somn, o excitație ușoară poate trezi animalul, în timp ce o excitație mai prelungită, dimpotrivă, adîncește starea hipnotică.

Cu toții știm cît de intense sînt reacțiile de apărare la iepure, atunci cînd se încearcă reținerea sa. Este de ajuns să fixăm animalul pe spate, pentru ca să dispară orice fel de reacție. In această stare a putut fi obținută calmarea totală a iepurelui, deși s-a intervenit chirurgical, fără nici o anestezie. Este destul să se permită mișcarea liberă a unei singure labe, pentru ca zbaterea animalului să reapară cu aceeași intensitate.

Aceleași fenomene de imobilitate cataleptică au fost obținute experimental și prin intoxicația unor animale cu anumite substanțe chimice. În acest scop au fost folosite printre altele, bulbocapnina, mescalina, acethylcholina etc. Injectîndu-se bulbocapnina (un alcaloid din Corydalis cava) la diferite mamifere (cîine, pisică, maimuțe), s-a putut determina o imobilitate relativă și păstrarea pozițiilor.

Aceste din urmă experiențe ne arată că în anumite condiții de intoxicație a sistemului nervos al animalului, putem provoca apariția unor modificări în reacțiile și comportarea acestuia, destul de asemănătoare celor din cursul somnului hipnotic, ca și celor din tabloul clinic al unor boli psihice.

Observațiile și experiențele menționate mai sus, deși relevă fapte interesante, totuși nu au putut duce la rezolvarea problemelor fiziologice ale hipnozei.

Este neîndoios un merit excepțional al lui I. P. Pavlov de a fi dat pentru prima oară un conținut experimental proceselor hipnotice la animale. Încă de la începutul cercetărilor sale, Pavlov a putut stabili faptul că una din principalele condiții necesare determinării acestor procese, este acțiunea prelungită, monotonă, ritmică, a unor excitanți slabi sau de intensitate mijlocie. Demonstrînd experimental acțiunea hipnotică a excitanților slabi, el a dovedit mecanismul fiziologic al metodei de hipnotizare prin așa zisele „passe" lichidînd totodată teoria care susține rolul pretinselor fluide magnetice.

Cercetările ulterioare ale lui I. P. Pavlov și ale cola-

Scanned with OKEN Scanner

boratoarei sale M. C. Petrova au permis dezvăluirea unor aspecte mai fine, mai diverse, ale stărilor hipnotice. Studiul reflexelor condiționate la cîine a permis să se scoată în evidență condiții noi de producere a acestor stări. Astfel s-a putut demonstra posibilitatea de a se determina manifestări hipnotice prin însuși mecanismul reflexului condiționat. Provocarea și menținerea în condiții experimentale a fenomenelor hipnotice cu ajutorul însușirii de semnalizare a emisferelor cerebrale, capătă desigur o importanță deosebită pentru înțelegerea lor.

În sfîrșit, pentru a înlesni înțelegerea și mai adîncă a fenomenelor de care ne ocupăm trebuie să ne referim la încă o serie de fapte fiziologice interesante.

În cursul cercetărilor lor, savanții sovietici au fost impresionați de faptul că, în momentul în care anumiți cîini trec în starea de somnolență se produce o disociere în activitatea reflex condiționată alimentară a animalului, mai precis o disociere între secreția salivară și reacția sa motorie de apropiere activă către farfuria cu hrană. Cu alte cuvinte s-a constatat că la vederea cărnii animalul somnolent deși prezintă o secreție salivară, totuși nu se îndreaptă către hrană spre a o lua.

Desigur că în cazul de mai sus este vorba de o disociere apărută în cadrul activității complexe și unitare de hrănire a organismului. Acest fapt nu poate fi altfel explicat decît prin disocierea care s-a produs în starea funcțională a diferitelor celule corticale din creierul animalului.

Impinse și mai departe, cercetările au arătat că asemenea fenomene de disociere pot apare și la nivelul unor segmente încă mai limitate ale corpului. Astfel, s-a observat că la unii cîini, într-un moment dat al experienței apare o imobilitate totală a trunchiului și extremităților lor, în timp ce numai ochii se mențin mobili, putînd urmări cele ce se întîmplă în jur.

Pe de altă parte, la unele animale de laborator au putut fi determinate adevărate stări de negativism, de opoziție. Asemenea stări pot fi provocate numai prin simpla supunere a animalului la acțiunea prelungită a unui excitant condiționat. Este interesant de notat că în cursul acestor stări, animalele întorceau capul ori de cîte ori li

Scanned with OKEN Scanner

se oferea mîncarea și dimpotrivă, se îndreptau spre aceasta, atunci cînd ea era îndepărtată.

Ținînd seama de faptele de mai sus putem înțelege de ce I. P. Pavlov a stabilit o analogie între fenomenele experimentale menționate și simptomul negativismului întîlnit atît de frecvent în tabloul clinic al schizofreniei catatonice.

Bazîndu-se pe cercetări îndelungate și extrem de precise, I. P. Pavlov și colaboratorii au ajuns la concluzia că fenomenele mai sus descrise sînt de fapt manifestări exterioare ale stărilor hipnotice din activitatea emisferelor cerebrale.

Un fapt fiziologic cu totul nou l-a constituit descoperirea existenței acestor stări hipnotice în cursul trecerii de la starea de veghe la cea de somn și invers. Este meritul școlii pavloviste de a fi stabilit pentru prima oară în condiții experimentale, fenomenele nervoase care caracterizează stările de trecere de la veghe la somn complet. După cum vom vedea această descoperire are o importanță deosebită și pentru explicația științifică a hipnozei.

Învățătura lui I. P. Pavlov arată că aceste fenomene pot fi înțelese numai în lumina unei legi biologice fundamentale și anume legea forței sau legea intensității relative. În conformitate cu această lege există o anumită concordanță obligatorie între intensitatea excitanților și cea a reacțiilor organismului. După cum se știe, în starea de veghe răspunsurile unui organism pot fi mai puternice sau mai slabe, după cum asupra lui acționează agenți mai puternici sau mai slabe. Este tot atît de bine cunoscut faptul că în starea de veghe organismul reacționează prin efecte pozitive (reacții motorii, secretorii) ori de cîte ori acționează asupra sa excitanți condiționați pozitivi, adică cei care semnalizează o activitate a organismului și în schimb nu dă nici un răspuns la excitanții inhibitori (neîntăriți cu hrană etc.).

Prin urmare putem afirma că este caracteristică stării de veghe adecvarea calitativă și cantitativă a răspunsurilor date de către organism la natura și intensitatea excitanților.

Ei bine, s-a observat că în cursul trecerii spre somn (adormire) legea raporturilor de forță este modificată, de-

Scanned with OKEN Scanner

oarece în aceste momente apare o nepotrivire mai mult sau mai puțin profundă a reacțiilor la sensul și la intensitatea excitanților din mediu. Cercetările au arătat că în cursul adormirii, modificările survenite variază și că ele prezintă mai multe grade de profunzime. Aceste modificări se constituie în tipuri sau faze care caracterizează înseși fazele de trecere de la veghe la somn. De altfel, observația făcută pe noi înșine ne arată că pînă la adormirea noastră completă noi trecem printr-o serie de faze.

În această privință, pe plan experimental au fost constatate următoarele:

Într-o primă fază organismul dă răspunsuri de o valoare *egală* la excitanți slabi și puternici.

În a doua fază răspunsurile sînt *paradoxale*, întrucît la acțiunea excitanților puternici apar efecte slabe, în timp ce la excitanții slabi efectele sînt intense.

În faza următoare se produce de-a dreptul o răsturnare a sensului pe care-l au excitanții pentru organism. Cu alte cuvinte în această fază apar efecte pozitive la excitanții inhibitori și invers, efecte negative la excitanții pozitivi. Această fază se numește *ultraparadoxală*.

În sfîrșit, în faza de adîncire a somnului se poate constata o slăbire mai mult sau mai puțin profundă, în general, a efectelor, din care cauză excitanții de intensități slabe și mijlocii nici nu mai produc vreun efect. Această fază a fost denumită faza narcotică.

Fazele mai sus menționate (de egalizare, paradoxală, ultra paradoxală și narcotică) au fost considerate de I. P. Pavlov drept *faze hipnotice*. Natura acestor faze este inhibitorie.

Pe baza cercetărilor sale, I. P. Pavlov a tras concluzia că aceste faze se caracterizează prin mobilitate, continuă oscilație, ca și prin tendința de a trece rapid de la una la alta. Este neîndoielnic faptul că aceste faze reprezintă diferitele grade (de profunzime) de hipnoză, adică de somn parțial, intermediare între starea de veghe și somnul complet (în perioada de adormire și în cea de trezire).

Însușindu-ne concepția lui I. P. Pavlov despre fazele hipnotice putem lesne înțelege și natura reală, fiziologică a hipnozei, căci în somnul provocat prin hipnoză regăsim aceleași faze constatate în trecerea de la veghe la somn.

Scanned with OKEN Scanner

Diferența în acest caz constă doar în aceea că în somnul hipnotic trecerea de la o fază la alta se face cu mult mai încet și adesea chiar cu oprire la una din ele.

Posibilitatea de a aduce scoarța cerebrală sau anumite zone ale acesteia într-una din stările fazice (hipnotice) menționate are o importanță decisivă, deoarece felul de a reacționa al subiectului hipnotizat depinde tocmai de faza hipnotică pe care hipnotizatorul a reușit să o stabilizeze în creierul acestuia..

Important de menționat este și faptul fiziologic că înseși fazele de inhibiție hipnotică — ca stări funcționale diferite ale celulelor corticale — pot fi la rîndul lor semnalizate. În adevăr, I. P. Pavlov a arătat că acei excitanți care, în cursul vieții organismului, au coincis de mai multe ori cu aceste stări fazice, pot deveni excitanți condiționați foarte strins legați de ele și ca atare, pot să le semnalizeze, adică să provoace apariția lor. Iată de ce acești excitanți condiționați — legați de stările hipnotice au fost denumiți excitanți hipnotici.

Importanța acestor excitanți hipnotici este fundamentală pentru înțelegerea hipnozei la om.

4. HIPNOZA ȘI SUGESTIA VERBALĂ LA OM

După cum se știe, practica hipnozei la om a dus la elaborarea mai multor procedee: fixarea privirii, fixarea unui obiect strălucitor, compresiunea globilor oculari o dată cu respirația încetinită și profundă a subiectului etc.

Dar la om, printre procedeele și fenomenele hipnotice. un loc dominant îl ocupă așa-zisa sugestie.

În vorbirea curentă termenul de sugestie are variate semnificații. Noi ne vom referi însă numai la una singură și anume la cea psihologică. *În genere în psihologie prin termenul de sugestie se înțelege fenomenul adoptării de către cineva a unei idei sau tendințe, fără ca persoana respectivă să-și dea seama că în realitate, ideea sau tendința, vin de la o voință străină.* Așadar sugestia este diferită de actul voluntar. În timp ce în actul zis voluntar putem descoperi existența unui efort conștient îndreptat către un scop, în cazul sugestiei constatăm că individul poate să desfășoare o activitate, să-și însu-

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

șească o atitudine, o ideie, o deprindere, sau dimpotrivă să combată o idee, o atitudine etc., ca urmare a unei orientări exclusive a atenției sale, fără însă ca să intervină vreun efort conștient oarecare. Un astfel de individ nu

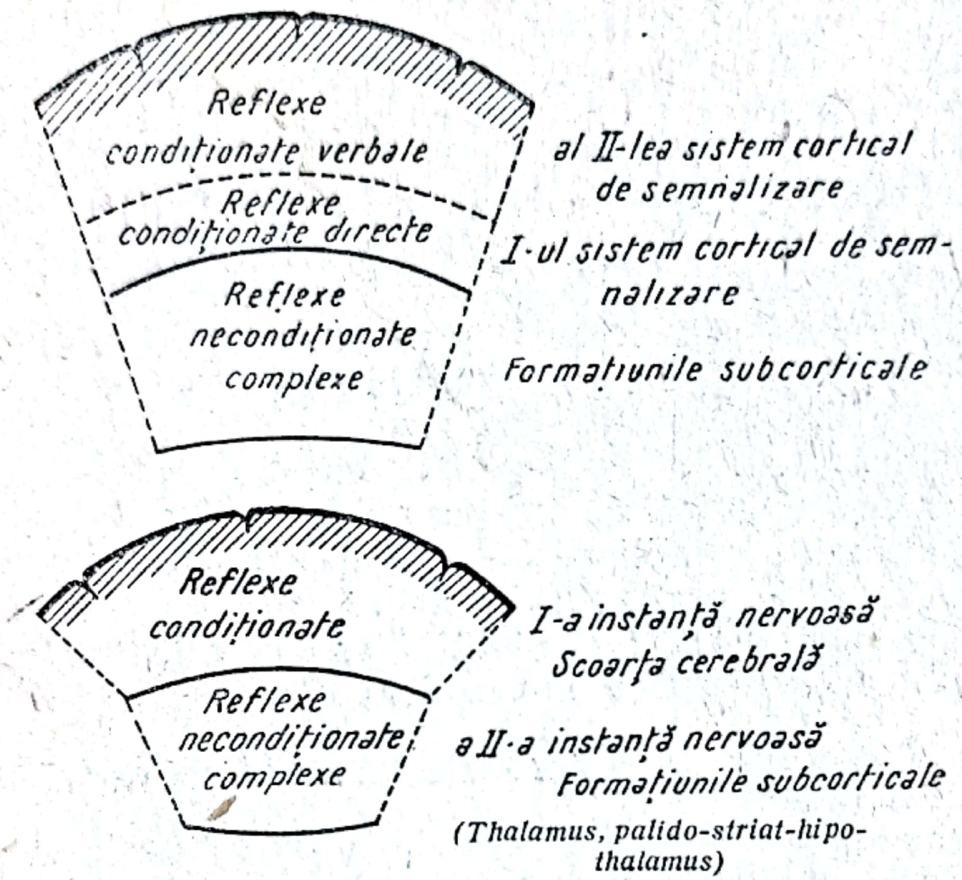

Fig. 12. **Schema comparativă a activității nervoase superioare la om și animale**

este conștient de faptul că el „a suferit" o sugestie; cu alte cuvinte, el nu-și dă seama că a adoptat o idee sau o tendință sub influența unei acțiuni exterioare lui, străină de gîndirea și convingerea sa.

Iată de ce putem considera sugestia ca un fel de tendință care se realizează fără ca să intervină într-o măsură corespunzătoare gîndirea și spiritul critic. După cum s-a spus, este vorba mai mult de o „credință — impulsie" (P. Janet) decît de o activitate gîndită.

Încă de multă vreme s-a constatat că există anumite persoane care manifestă în multe împrejurări credulitate și o conștiință critică insuficientă. Așa se întîmplă cu unele

persoane, care aflate într-o stare afectivă specială (emoții exagerate etc.), nu mai sînt capabile să-și controleze acțiunile, primind prea ușor „sugestiile" altora.

Fără îndoială că aceste trăsături sînt caracteristice în deosebi pentru debilii mintali.

Au fost deosebite o sugestie *spontană* și una *provocată*.

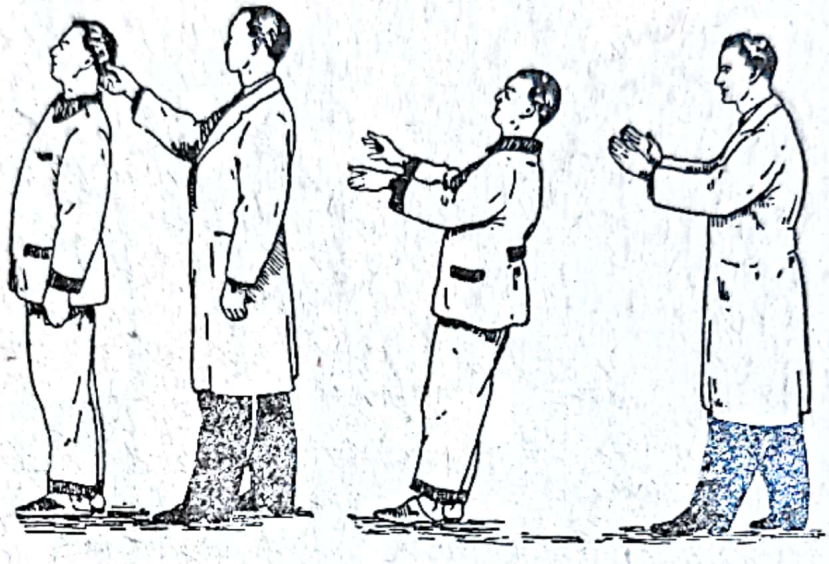

Fig. 13. **Procedeu pentru stabilirea gradului de sugestibilitate**

Se înțelege că sugestia hipnotică constituie un exemplu de sugestie provocată.

Cît privește izvorul sugestiei, putem vorbi de o sugestie venită din afara personalității (heterosugestie) și una dinăuntrul ei (autosugestie).

În strînsă legătură cu noțiunea de sugestie se află noțiunea de sugestibilitate.

Prin sugestibilitate înțelegem acea stare deosebită a sistemului nervos care dă unor indivizi o receptivitate și o supunere ușoară la influențele care se pot exercita asupra lor.

Sugestibilitatea este una din trăsăturile dominante ale mentalității isterice.

O creștere a sugestibilității se mai poate constata, ca simptom, și în cursul unor boli psihice (demențe, confuzie mentală etc.). Uneori se manifestă sub formă de aprobativitate (acceptare mecanică a oricărei idei sau sugestii).

O problemă de ordin practic este și aceea de a stabili

Scanned with OKEN Scanner

prin procedee științifice gradul de sugestibilitate și de hipnabilitate pe care-l prezintă bolnavul, căruia i se indică terapia prin hipnoză. Este evident că succesul acestei terapii va depinde în primul rînd de sugestibilitatea bolnavului.

Se știe că hipnabilitatea variază de la un individ

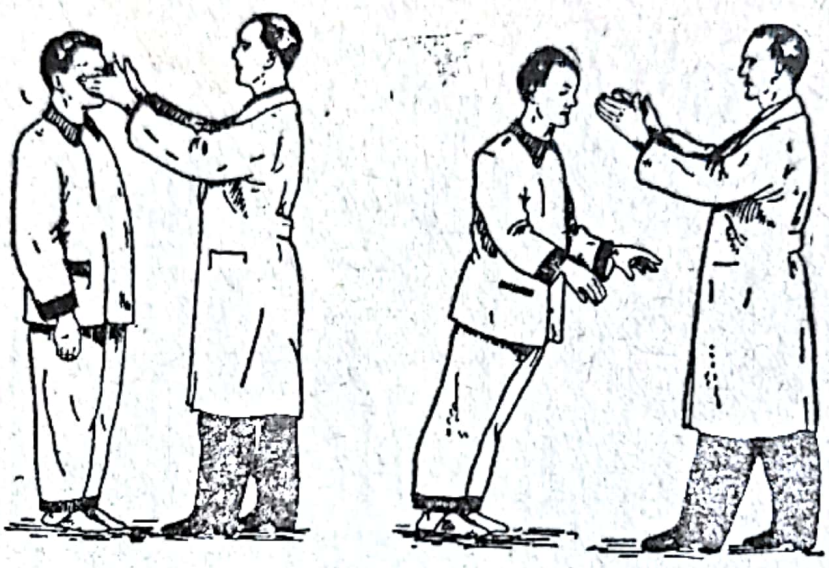

Fig. 14. **Procedeu pentru stabilirea gradului de sugestibilitate**

la altul. Dar s-a constatat că există un procent destul de însemnat de indivizi care nu pot fi hipnotizați.

Pentru stabilirea sugestibilității au fost încercate diferite procedee. Astfel, a fost construit (Binet) un aparat pentru determinarea gradului de sugestibilitate motorie. Subiectul ține în mîna sa o manivelă căreia trebuie să-i urmărească în mod pasiv mișcarea, fără ca să-i opună vreo rezistență. Experimentatorul dispune de o manivelă asemănătoare. Prin intermediul unui dispozitiv ascuns, legătura dintre cele două manivele poate fi ruptă sau restabilită, fără știrea subiectului. După un anumit număr de învîrtiri solidare ale celor două manivele, experimentatorul desface într-ascuns legătura cu cealaltă manivelă, continuînd totuși să o învîrtească pe a sa. În aceste condiții se poate nota cît timp anume subiectul continuă — ca și cum ar fi comandat — învîrtirea manivelei sale.

În afară de proba de mai sus au mai fost recomandate printre altele și următoarele probe:

Ne așezăm în spatele subiectului care stă în picioare

Scanned with OKEN Scanner

cu mîinile întinse de-a lungul corpului și cu ochii închiși. Îi cerem să-și lase capul pe spate în palma noastră. Apoi încercăm să-i sugerăm ideea că în momentul cînd îi luăm mîna el va cădea pe spate. Dacă bolnavul cade, înseamnă că are o sugestibilitate crescută.

O altă probă. În timp ce atingem mîinile bolnavului,

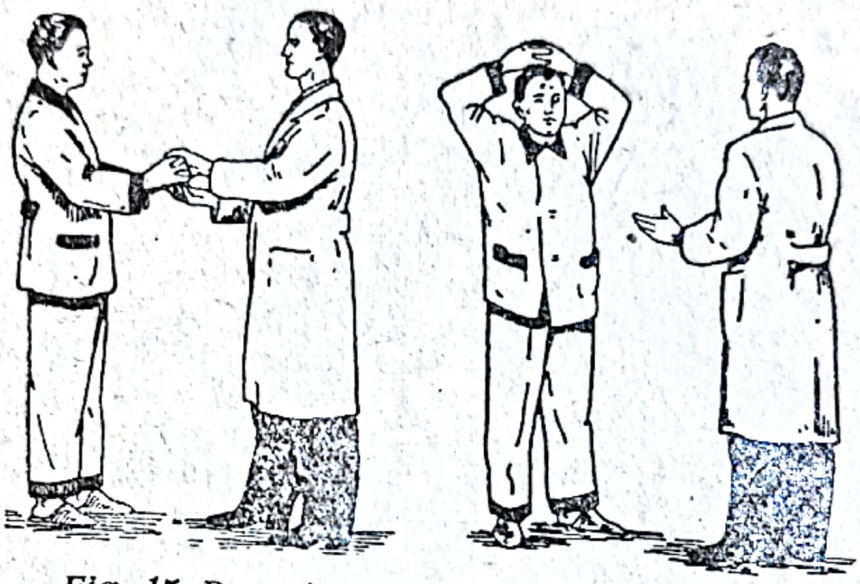

Fig. 15. **Procedeu pentru stabilirea gradului de sugestibilitate**

pe cale verbală îi sugerăm: „Mîinile ți se strîng tot mai tare. Nu le mai poți desface". În adevăr, în cazul în care prezintă o sugestibilitate crescută, el nu va fi în stare să-și desfacă mîinile. De asemenea se mai poate încerca sugestibilitatea subiectului punîndu-l să descopere mirosuri inexistente la o serie de eprubete cu apă obișnuită pe care i le prezentăm. Se înțelege că dacă descoperă mirosuri acolo unde nu există, înseamnă că are o sugestibilitate crescută.

În cele ce urmează ne vom ocupa îndeosebi de sugestia verbală, termen prin care înțelegem provocarea fenomenelor hipnotice prin mijlocirea cuvintelor.

Cum poate fi explicat din punct de vedere fiziologic — fenomenul sugestiei verbale?

După cum vom vedea, învățătura lui I. P. Pavlov dă un răspuns pe deplin satisfăcător acestei probleme.

S-a arătat mai înainte că, la om, metoda de hipnoti-

Scanned with OKEN Scanner

zare constă mai ales în utilizarea unor anumite cuvinte pronunțate pe un ton uniform, monoton și care prin sensul lor descriu fenomenele fiziologice ale adormirii. O dată adusă în starea de somn hipnotic, persoana hipnotizată execută numai ordinele primite de la medicul care hipnotizează. Așadar datorită cuvintelor utilizate în

Fig. 16. **Procedeu pentru stabilirea gradului de sugestibilitate**

cursul hipnozei se poate exercita o influență deosebit de mare asupra subiectului.

Este firesc să ne întrebăm: cum este posibil ca prin mijlocirea cuvintelor să se poată provoca apariția unor stări de inhibiție hipnotică în celulele corticale ale persoanei hipnotizate?

Răspunsul magistral dat de către I. P. Pavlov problemei noastre constă în descoperirea însemnătății fiziologice a cuvîntului în genere, ca și a rolului pe care-l joacă acesta în determinarea fenomenelor hipnotice la om, în special.

„Desigur, cuvîntul — spune Pavlov — reprezintă pentru om un excitant condiționat tot atît de real ca și toate celelalte excitante comune cu cele de la animale. În același timp însă, cuvîntul este mult mai atotcuprinzător decît toate celelalte, neputînd fi comparat nici cantitativ, nici calitativ cu excitanții condiționați ai animalelor. Toată viața trăită anterior de omul adult, face ca cuvîntul să fie legat de toate excitațiile interne și externe care vin la emisferele cerebrale, le semnalizează pe toate, le

Scanned with OKEN Scanner

zare constă mai ales în utilizarea unor anumite cuvinte pronunțate pe un ton uniform, monoton și care prin sensul lor descriu fenomenele fiziologice ale adormirii. O dată adusă în starea de somn hipnotic, persoana hipnotizată execută numai ordinele primite de la medicul care hipnotizează. Așadar datorită cuvintelor utilizate în

Fig. 16. **Procedeu pentru stabilirea gradului de sugestibilitate**

cursul hipnozei se poate exercita o influență deosebit de mare asupra subiectului.

Este firesc să ne întrebăm : cum este posibil ca prin mijlocirea cuvintelor să se poată provoca apariția unor stări de inhibiție hipnotică în celulele corticale ale persoanei hipnotizate ?

Răspunsul magistral dat de către I. P. Pavlov problemei noastre constă în descoperirea însemnătății fiziologice a cuvîntului în genere, ca și a rolului pe care-l joacă acesta în determinarea fenomenelor hipnotice la om, în special.

„Desigur, cuvîntul — spune Pavlov — reprezintă pentru om un excitant condiționat tot atît de real ca și toate celelalte excitante comune cu cele de la animale. În același timp însă, cuvîntul este mult mai atotcuprinzător decît toate celelalte, neputînd fi comparat nici cantitativ, nici calitativ cu excitanții condiționați ai animalelor. Toată viața trăită anterior de omul adult, face ca cuvîntul să fie legat de toate excitațiile interne și externe care vin la emisferele cerebrale, le semnalizează pe toate, le

Scanned with OKEN Scanner

înlocuiește pe toate și de aceea, el poate determina toate acțiunile sau reacțiile organismului care sînt condiționate de aceste excitații". Și mai departe Pavlov precizează: „În modul acesta, sugestia apare drept cel mai simplificat și cel mai tipic reflex condiționat al omului"[1].

I. P. Pavlov a arătat că la om activitatea nervoasă superioară este realizată de trei instanțe nervoase: una subcorticală și două corticale (cele două sisteme de semnalizare).

Se știe că la animale scoarța cerebrală dispune de un singur sistem de semnalizare. Abia o dată cu transformarea maimuței în om, sub influența procesului muncii și a limbii — ca fenomene sociale — s-a dezvoltat și un al doilea sistem cortical de semnalizare. Cel de al doilea sistem de semnalizare devine baza fiziologică a vorbirii și gîndirii. Cu ajutorul acestui sistem de semnalizare omul a căpătat posibilitatea de a reflecta în mod abstract și generalizat realitatea înconjurătoare, ajungînd să cunoască în mod științific legile obiective ale lumii.

Conform învățăturii lui I. P. Pavlov, între cele două sisteme de semnalizare există o legătură indisolubilă. După cum se știe cuvintele se leagă nu numai de ceea ce omul percepe (aude, vede, gustă, pipăie) dar și de reacțiile sale (mișcări, gesturi, acțiuni). Datorită acestui fapt, rostirea cuvintelor poate provoca în creierul nostru reprezentări corespunzătoare și invers, orice obiect sau fenomen perceput se verbalizează.

Mai mult decît atît, pe baza reflexelor condiționate elaborate în cursul vieții noastre, cuvintele pot dezlănțui în organism o serie de modificări vegetative, umorale, etc. Sînt cunoscute modificările neuro-vegetative, umorale, metabolice, care se produc de exemplu în cursul emoțiilor provocate de comunicarea orală sau scrisă a unei vești neplăcute. Toate acestea indică influența continuă pe care o exercită creierul nostru asupra organelor interne. Și invers, fapte bine cunoscute arată influența pe care o exercită diferite activități interne (endocrine, metabolice, umorale, circulatorii etc.) ale organismului asupra creierului. Cercetări deosebit de interesante și demonstrative în

[1] I. P. Pavlov, Opere alese, vol. II, pag. 297-298, Edit. Acad. R.P.R.

Scanned with OKEN Scanner

domeniul acestor probleme au fost efectuate de către K. M. Bîkov și colaboratorii săi.

Așadar, acțiunea hipnotică a sugestiei verbale (a cuvîntului) are la baza sa mecanismul reflexului condiționat. Iată de ce putem spune că legăturile nervoase temporare ale celui de-al doilea sistem de semnalizare cu stările hipnotice din scoarța cerebrală sînt acelea care determină — pe cale de semnalizare — apariția manifestărilor exterioare ale somnului hipnotic.

În strînsă legătură cu acțiunea sugestiei verbale ne putem întreba : cum explicăm faptul că persoana hipnotizată „ascultă orbește" de hipnotizator ? Se știe că multă vreme acest fenomen a fost considerat drept „o taină misterioasă" greu de înțeles iar interpretările date au avut îndeosebi un caracter subiectivist sau chiar mistic. Dar învățătura lui Pavlov a lichidat în mod definitiv și această pretinsă taină, dîndu-ne în schimb o explicație fundamentată științific.

Spre a înțelege de ce persoana hipnotizată ascultă și îndeplinește numai ordinele hipnotizatorului, este necesar să revenim puțin asupra fenomenelor de sugestie verbală și sugestibilitate, și în special să le precizăm baza fiziologică.

Este limpede și desigur greu de contestat faptul că sub acțiunea sugestiei hipnotice, persoana hipnotizată capătă o sugestibilitate crescută. Ce înseamnă aceasta în limbaj fiziologic ? În lumina învățăturii lui I. P. Pavlov fenomenul de sugestibilitate crescută își găsește explicația tocmai în formarea anumitor „puncte de strajă" în scoarța cerebrală a persoanei hipnotizate, în timp ce în restul scoarței s-a iradiat procesul de inhibiție. S-ar putea afirma că pe fondul însuși al acestei inhibiții difuze s-au constituit „punctele de strajă'-. Așa cum am văzut, morarul, deși aflat în stare de somn, totuși, reacționează foarte precis la excitația acustică — determinată de frecarea în gol a pietrelor de moară. Ei bine, tot așa și persoana hipnotizată, deși în stare de somn, totuși, aude și înțelege numai ordinele verbale ale hipnotizatorului, reacționînd în mod corespunzător. Altfel spus, pe fondul unei scoarțe cerebrale în genere inhibată se creează posibilitatea ca prin intermediul „punctului de strajă" să se determine numai

Scanned with OKEN Scanner

acele reacțiuni sau activități care corespund în mod exclusiv conținutului sugestiei verbale.

Datorită faptului că tonusul pozitiv, activ, al scoarței cerebrale a acelei persoane este în general scăzut (excitabilitate slabă), persoana nu mai poate reacționa nici la ceilalți agenți ai mediului și nici la urmele lăsate de excitațiile anterioare. Dacă scoarța cerebrală a persoanei hipnotizate reacționează la mediul exterior, aceasta se realizează numai prin intermediul „punctelor de strajă" formate sub acțiunea sugestiei verbale. În afara acestora nu se pot forma și alte focare de excitație.

Așadar, fenomenul de sugestibilitate crescută, întîlnit în cursul hipnozei, se explică printr-o modificare în dinamica proceselor nervoase — excitația și inhibiția — în sensul că se creează în creierul persoanei hipnotizate în mod exclusiv, un punct cortical, activ, de strajă, care reacționează numai la cuvîntul hipnotizatorului, în timp ce restul ambianței devine inhibitor.

Acesta fiind înțelesul fenomenelor de sugestibilitate, să vedem ce bază fiziologică are actul sugestiei verbale.

Chiar din cele spuse anterior, s-a desprins ideea că sugestia verbală nu este altceva decît o excitație. Este adevărat că această excitație prezintă o serie de particularități.

După cum am menționat, I. P. Pavlov a scos în evidență aceste particularități. El a arătat că sugestia este de fapt o excitație verbală, adică însăși excitația corticală determinată de cuvintele hipnotizatorului. În conformitate cu legile activității nervoase superioare, excitația-sugestie determină într-un anumit punct al scoarței cerebrale a persoanei hipnotizate, un puternic și concentrat focar de excitație și totodată, așa cum am văzut, o iradiere a procesului de inhibiție la nivelul celorlalte zone corticale.

Este necesar să subliniem ideea că între focarul de excitație provocat de sugestia verbală și inhibiția din restul scoarței se stabilesc anumite raporturi care au fără îndoială un caracter dialectic. În această privință, cercetările au putut stabili că pe calea sugestiei verbale, pe măsură ce se intensifică excitația de la „focarul de strajă" se produce o intensificare și a inhibiției din restul

Scanned with OKEN Scanner

scoarței cerebrale, fapt care la rîndul său, ajută la concentrarea și mai netă a focarului de excitație. După cum se vede, raporturile de intensitate dintre cele două procese contrarii, excitația și inhibiția — în cursul sugestiei verbale sînt de dependență, de interacțiune și unitate. Numai datorită acestei interacțiuni dintre focarul de excitație și inhibiția restului scoarței cerebrale, devine posibilă acțiunea izolată a excitantului verbal (de la hipnotizator), cu excluderea oricărei rezistențe critice din partea persoanei hipnotizate.

Noi știm că tot prin sugestie verbală se mai poate determina ca persoana hipnotizată să îndeplinească anumite ordine după hipnoză, la termene fixate. In acest caz este evident că sugestia poate determina o excitație atît de puternică încît să acționeze nu numai în cursul stării hipnotice ci și după trezirea din această stare. După cum a arătat I. P. Pavlov, cuvîntul folosit în sugestia verbală poate să-și mențină acțiunea sa și după hipnoză, „rămînînd independent de alți excitanți de care nu poate fi atins, deoarece cuvîntul nu era în legătură cu acești excitanți, în momentul aplicării lui inițiale"[1].

In legătură cu aceeași problemă, I. P. Pavlov analizează deosebirea dintre sugestia hipnotică și vise. Dacă visul reprezintă combinații uneori în lanț, de excitații de urme, mai vechi și mai slabe, sugestia verbală (hipnotică) în schimb, reprezintă totdeauna o excitație prezentă, scurtă, izolată, unitară și mult mai puternică.

Să luăm un alt aspect interesant al sugestiei hipnotice. De pildă, dăm persoanei hipnotizate să miroase amoniac și în același timp îi sugerăm că este un parfum de garoafe. Vom putea constata că persoana hipnotizată se delectează cu mirosul de garoafe, în timp ce ea efectiv miroase amoniac. La aceeași persoană putem încerca și alte experiențe. Astfel, provocăm cu ajutorul unui ac o serie de înțepături, în timp ce îi sugerăm să perceapă o atingere plăcută. Și în adevăr, se obține ca în loc de durere persoana hipnotizată să perceapă o senzație plăcută.

Aceste fapte sînt desigur curioase. Cum se poate ca

[1] I. P. Pavlov, Opere alese vol. II, pag. 298.

Scanned with OKEN Scanner

efectul produs de cuvintele pronunțate de hipnotizator să fie mai puternic decît însăși acțiunea agenților concreți (amoniac, înțepătura etc.) cînd este evident că excitația corticală determinată de cuvîntul ca atare este mai slabă în comparație cu excitația determinată de acei agenți?

Totuși, dacă ne referim la învățătura lui I. P. Pavlov despre fazele hipnotice în activitatea nervoasă superioară, lucrurile devin explicabile. Atunci cînd am vorbit despre fazele hipnotice din cursul trecerii de la veghe la somn, am pomenit și de faza paradoxală. Ei bine, I. P. Pavlov dovedește că în cursul hipnozei, datorită faptului că scoarța cerebrală se află într-o stare fazică paradoxală, ea poate da un răspuns paradoxal, adică un efect mai puternic la excitanții slabi (în cazul nostru înseși cuvintele hipnotizatorului) și un efect mai slab la excitații puternice (în exemplul nostru excitanții concreți puternici ca înțepătura sau mirosul de amoniac).

Cercetări întreprinse de către savanții sovietici au dus la stabilirea modificărilor ce survin în activitatea nervoasă superioară în cursul hipnozei. Nu este cazul să insistăm aici asupra rezultatelor interesante ale acestor cercetări. Menționăm doar faptul că prin aceste cercetări s-a putut demonstra, printre altele, modul în care sub influența sugestiei hipnotice se întăresc sau dimpotrivă se inhibă unele legături temporare condiționate mai vechi și se înlocuiesc prin altele noi. În experiențele sale, F. P. Maiorov a reușit ca sub influența sugestiei hipnotice să redeștepte urmele unor legături temporare mai vechi, legate de dificultățile de vorbire din copilăria persoanei hipnotizate.

După ce am schițat interpretarea fiziologică a fenomenelor hipnotice, să ne oprim puțin asupra problemelor legate de utilizarea hipnozei și sugestiei în medicină.

5. APLICAȚIILE HIPNOZEI ȘI SUGESTIEI ÎN MEDICINĂ

Convingerea că hipnoza nu trebuie folosită nici ca prilej de mistificare și nici ca amuzament devine din ce

Scanned with OKEN Scanner

în ce mai răspîndită. Practica ei își găsește locul numai în medicină.

Ținîndu-se seama de datele prețioase pe care ni le-au adus fiziologia și fiziopatologia pavlovistă, se poate trece acum la o aplicare cu adevărat științifică a sugestiei hipnotice, ca metodă terapeutică în medicină. În acest sens, savanții sovietici, însușindu-și și dezvoltînd fiziologia activității nervoase superioare, au trecut la studiul obiectiv al efectelor curative obținute prin hipnoză.

În practica medicală, hipnoza și sugestia pot fi utilizate atît ca metode terapeutice cît și ca metode auxiliare de investigație psihică.

In unele țări burgheze, unde influența teoriei psihanalitice este mai puternică, se utilizează într-un mod cu totul exagerat și în cadrul unei concepții psihopatologice generale greșite, tehnica hipnozei în scopul de a face explorarea psihică a bolnavului. Astfel acea metodă care poartă numele de hipnoanaliză, își propune să scoată în evidență diferitele „complexe" ale bolnavului. Interesul stîrnit la început de această metodă a cedat progresiv pe măsură ce se vădeau denaturările antiștiințifice ale teoriei de bază.

Cît privește practica curativă a hipnozei trebuie să menționăm că ea impune anumite măsuri. Unele dintre acestea privesc însăși condițiile aducerii bolnavului în starea de hipnoză. Astfel, este necesar ca bolnavul supus acestei terapii să fie așezat într-o poziție comodă, fie în fotoliu, fie în pat. De asemenea este recomandabil ca ambianța înconjurătoare să fie cît mai simplă, mai monotonă, cu o lumină scăzută și cu o temperatură convenabilă. Numai după ce au putut fi asigurate aceste măsuri, medicul trece la provocarea directă a somnului hipnotic atît prin repetarea monotonă a unor cuvinte referitoare la fenomenele din cursul dezvoltării somnului, cît și prin atingeri ușoare, ritmice, ale frunții bolnavului.

După ce bolnavul a fost adus în starea de somn hipnotic se poate trece la sugestia verbală. Cu această ocazie amintim de faptul că pot fi provocate diferite stări hipnotice. In general, după gradul de profunzime se descriu

Scanned with OKEN Scanner

hipnozei trei faze: somnolența, hipotaxia și somnambulismul.

După cum se știe, în prima fază apare o scădere a forțelor în toate segmentele corpului. În a doua fază — a hipotaxiei — mișcările libere sînt suspendate și în schimb, apare o stare musculară (de tonus muscular) caracterizată prin menținerea, timp îndelungat, la cel hipnotizat, a atitudinilor și pozițiilor ce i-au fost imprimate. În faza somnambulismului, care este mai profundă, hipnotizatul, la ordinul verbal respectiv, poate efectua unele acțiuni mai mult sau mai puțin complexe sau poate avea anumite percepții vizuale, auditive, olfactive etc., cu caracter de iluzie sau chiar halucinator.

Așa cum am subliniat anterior, fazele hipnozei, descrise mai sus, reprezintă trepte diferite de profunzime. În clinică s-a constatat că la același bolnav profunzimea hipnozei crește de la o ședință la alta. Desigur că acest fapt își are importanta sa practică, deoarece adesea rezistența pe care o întîmpinăm în primele ședințe, cedează pe măsură ce crește numărul ședințelor și astfel, cu timpul, putem obține destul de ușor o adîncire a hipnozei. Observația a arătat că în unele cazuri, prin simpla repetare a ședințelor de hipnoză, somnul se poate instala foarte repede, chiar instantaneu.

Existența diferitelor stări hipnotice a impus necesitatea cunoașterii practice a acelor procedee care să permită stabilirea nivelului de profunzime a somnului hipnotic în care se află bolnavul.

Printre altele pot fi folosite drept criterii de orientare: felul în care respiră cel hipnotizat, dacă mai poate sau nu avea mișcări voluntare, dacă simte sau nu o atingere sau o înțepătură, dacă aude zgomotele sau vocile produse în ambianță etc. Gradul de profunzime a hipnozei mai poate

Scanned with OKEN Scanner

fi stabilit și ulterior, la ieșirea din starea hipnotică după cum bolnavul își amintește (totul, în parte) sau nu-și poate aminti nimic, din cele percepute și ordonate în cursul hipnozei.

Pentru a putea acționa mai bine prin sugestia ver-

Fig. 17. Hipnotizare colectivă cu ajutorul magnetofonului

bală asupra bolnavului este bine ca starea hipnotică în care se află acesta să nu fie prea profundă.

În cazurile însă în care bolnavul rezistă la acțiunea medicului, neputînd fi adus în starea hipnotică, practica a dus la utilizarea unor mijloace speciale. Astfel, se poate ajunge la o scădere a pragului de sugestibilitate la bolnav, dacă se utilizează în doze destul de slabe anumite substanțe chimice cu acțiune hipnotică (somnifere). În acest scop, pot fi administrate substanțe ca: luminalul, bromul, amithalul sodic și altele. Rezultate asemănătoare au fost obținute și prin aplicarea electricității statice.

În ultima vreme, în Uniunea Sovietică se aplică tratamentul prin sugestie hipnotică și în colectiv. Hipnotizarea colectivă se realizează cel mai bine cu ajutorul magnetofonului.

Două sînt metodele curative care pot utiliza hipnoza în medicină: *somnoterapia* și *psihoterapia*.

Prima metodă constă în folosirea în clinică a hipnozei ca atare, numai ca „somn-odihnă", cu scopul de a dezvolta și întări în creierul bolnavului inhibiția de protecție (de odihnă). Această metodă (hipnoterapie) acționînd

Scanned with OKEN Scanner

întocmai ca și somnul natural, permite odihna și refacerea funcțională a celulelor din scoarța cerebrală, care sînt amenințate de distrugere prin epuizare sau supraexcitație. Folosind-o, putem cruța organismul de acțiunea toxică dăunătoare a substanțelor narcotice.

„Somnul-odihnă" a fost utilizat în trei feluri: 1) ca somn hipnotic prelungit, 2) ca somn periodic, în scopul de a preveni o oboseală epuizantă și 3) ca somn sporadic, în scopul de a preveni unele accese patologice care amenință să se repete sau de a curma o stare patologică în plină evoluție (convulsii, dureri, emoții cu caracter patologic etc.).

În toate aceste cazuri, asemenea somnului natural, deci fiziologic, somnul obținut prin inhibiția hipnotică are un efect pozitiv, putînd aduce o refacere a capacității de muncă a celulelor corticale, precum și o echilibrare a celor două procese nervoase fundamentale.

Dar somnul-odihnă obținut pe calea hipnozei mai poate fi întărit și prin însuși conținutul de idei transmise pe calea sugestiei verbale. Astfel, unele afirmații făcute de medic în cursul hipnozei ca de pildă: „odihnește-te și vei simți o refacere mintală și corporală", pot sprijini refacerea celulelor corticale. Nu trebuie să uităm că asemenea cuvinte ca: „odihnă", „repaus", „refacere" prin ceea ce ele semnalizează, pot provoca în organismul celui hipnotizat modificări fiziologice corespunzătoare, asemănătoare celor determinate de o odihnă reală.

A doua metodă se bazează în special pe efectul produs de sugestia verbală din timpul hipnozei. În acest fel, sugestia verbală devine o prețioasă metodă psihoterapeutică (*hipnopsihoterapia*).

Cîteva cuvinte despre psihoterapie în general.

Prin termenul de psihoterapie sau de medicație psihologică înțelegem acțiunea curativă, pozitivă, prin mijloace psihice, asupra psihicului și fiziculuii unui bolnav. De fapt, chiar numai prin faptul că stă de vorbă cu bolnavul său, orice medic face psihoterapie. Liniștindu-i îngrijorările exagerate și anxioase, alungîndu-i frica cu privire la starea sănătății sale, încurajîndu-l, redîndu-i încrederea și

Scanned with OKEN Scanner

determinîndu-i o destindere morală, medicul permite o mai bună mobilizare a mijloacelor naturale de apărare ale organismului suferind. Iată de ce se poate afirma că însăși convorbirea cu bolnavul constituie cea mai răspîndită terapeutică, avînd un rol deosebit de important în îngrijirea acestuia. Psihoterapia trebuie să sprijine întotdeauna acțiunea celorlalte mijloace medicale. De aceea este bine ca toate aceste mijloace să fie combinate.

Dar psihoterapia mai are și un alt rol deosebit de important. Pe de o parte ea trebuie să trezească interesul pentru îngrijirea medicală, la cei neglijenți cu propria lor boală, iar pe de altă parte trebuie să combată exagerările la cei care-și supraapreciază suferințele.

Există mai multe metode psihoterapeutice. În afară de simpla și rațională încurajare pomenită mai sus, se mai poate folosi ca metodă psihoterapeutică și *sugestia*. Sugestia poate fi aplicată fie în starea de veghe (persuasiune, convingere logică și explicativă), fie în stare de somn hipnotic, de care tocmai ne ocupăm aici.

Este indiscutabil faptul că o bună psihoterapie implică o cunoaștere cît mai adîncă a bolnavului și a suferințelor sale. Acest lucru însă nu se obține decît printr-o analiză amănunțită și bine dirijată a condițiilor de viață și a tuturor împrejurărilor (familiale, școlare, profesionale etc.) care l-au putut influența negativ.

Numai pe această cale se poate ajunge la înțelegerea legăturii reale dintre reacțiile patologice ale bolnavului și anumite probleme grele sau conflicte penibile pe care viața i le-a pus individului înainte de îmbolnăvire.

Spre a fi eficientă, acțiunea psihoterapeutică față de bolnav trebuie să se manifeste multilateral. De aceea, tot în cadrul măsurilor psihoterapeutice este necesar ca în afară de sugestia verbală, să se treacă și la organizarea unui regim de viață corespunzător, să se asigure bolnavului o ambianță liniștită și prielnică, să avem față de el o atitudine plină de atenție.

Se subînțelege că alegerea uneia sau alteia dintre metodele psihoterapeutice se va face în raport cu particularitățile cazului. Aceasta înseamnă că întotdeauna se va

Scanned with OKEN Scanner

ține seama de gravitatea reală a cazului, de evoluția tulburărilor, de posibilitățile psihice și intelectuale ale bolnavului, de vîrsta sa, ca și de rezultatele obținute prin celelalte mijloace terapeutice folosite anterior.

Am văzut că sugestia verbală provocată în cursul somnului hipnotic, poate constitui o metodă psihoterapeutică în mîna medicului. Cu ajutorul ei se poate obține ca bolnavul să devină mai receptiv la acțiunea psihoterapeutică în stare de veghe.

Este evident că efectul pozitiv al hipnopsihoterapiei izvorăște din posibilitatea pe care o au cuvintele impuse prin sugestia verbală de a stinge unele reflexe condiționate patologice din scoarța cerebrală a bolnavului și de a le înlocui prin altele noi, sănătoase. În acest mod reușim să combatem o serie de simptome caracteristice unor anumite boli.

Pentru a obține rezultatul scontat, trebuie să determinăm la bolnavul nostru o sugestibilitate crescută. Acest lucru este posibil dacă aducem scoarța cerebrală a acestuia în fazele hipnotice de egalizare sau paradoxală. Numai după ce am obținut această stare corticală, devine posibilă stingerea definitivă sau cel puțin pe o perioadă mai mult sau mai puțin prelungită a reflexelor condiționate patologice specifice bolii.

Desigur că sensul sau conținutul sugestiei verbale depinde de afecțiunea de care suferă bolnavul și pentru care se aplică acest tratament.

Numeroase sînt bolile în care s-a încercat aplicarea hipnozei ca metodă terapeutică. Efecte deosebit de bune au fost obținute în tulburările funcționale ale sistemului nervos, în special în tulburările zise reactive. O serie de tulburări de graniță, minore, cum ar fi unele slăbiri ale memoriei și atenției, scăderea controlului conștient în reacțiile de frică, de mînie, neliniști, timiditate, deprinderi rele etc. pot fi combătute cu ajutorul sugestiei verbale.

Sub influența sugestiei verbale putem face ca la bolnavii psihastenici sau cu nevroză obsesivo-fobică să dispară anumite imagini, reprezentări, frici sau idei care se impun în mod patologic în conștiința lor. În astfel de

Scanned with OKEN Scanner

cazuri, adesea, zadarnic încearcă bolnavii să lupte singuri împotriva propriilor lor reprezentări sau idei obsesive. Dat fiind că la baza obsesiilor și fobiilor stau anumite reflexe condiționate fixate în mod patologic, sugestia verbală tinde la inhibarea acestora.

În afară de afecțiunile de mai sus, sugestia verbală se mai aplică în nevroza isterică pentru a combate tulburările care simulează anumite boli neurologice (false parezii, paralizii, mutitate, pierderea vederii, auzului etc.).

Unii autori tratează și nevroza astenică prin sugestie hipnotică. În general însă rezultatele sînt nesatisfăcătoare.

Hipnopsihoterapia și hipnoterapia au dat uneori rezultate surprinzătoare în: cefalee, insomnii rebele, boală hipertonică (în faza incipientă — nevrotică), boala ulceroasă (în faza incipientă — nevrotică), tulburări ale vorbirii ca bîlbîială din cauze emoționale și altele. În toate aceste boli se cuvine un examen clinic și de laborator cît se poate de minuțios, spre a stabili adevărata lor natură și în raport cu aceasta se va recomanda o metodă de tratament sau alta.

Sugestia hipnotică este utilizată în combaterea alcoolismului cronic, adică a abuzului în consumarea băuturilor alcoolice. Se înțelege că aici trebuie acționat cu prioritate printr-o serie de medicamente, al căror efect se condiționează prin supraveghere susținută și apoi prin sugestie verbală. Alături de unele medicamente specifice se poate interveni și prin sugestie verbală, în scopul de a crea la bolnav dezgust, greață, vărsături și alte fenomene neplăcute la ingerarea sau chiar numai la mirosul băuturilor alcoolice. În aceste cazuri este cît se poate de bine să se utilizeze și psihoterapia explicativă, de convingere prin argumente logice care să ducă la renunțarea de a mai bea.

Hipnologul sovietic C. I. Platonov notează succese obținute în practica obstetricală, fie în vederea suprimării vărsăturilor grave de sarcină, fie în vederea suprimării durerilor din timpul facerii.

Nu este posibil să analizăm aici toate indicațiile și contraindicațiile sugestiei hipnotice. Ca oricare metodă terapeutică și sugestia hipnotică trebuie aplicată strict în

Scanned with OKEN Scanner

limitele unor indicații și în conformitate cu anumite criterii științifice.

Inlumina acestei idei apare absurdă ideea de a considera această metodă drept un leac bun pentru orice fel de suferință și orice fel de boală. Se știe că a existat o vreme cînd mijloacele hipnotice au fost considerate de către unii adepți entuziaști drept leac pentru toate bolile psihice, ba chiar și pentru unele afecțiuni somatice. Evident că acest punct de vedere a dat naștere la multe greșeli clinice.

După această perioadă de glorie nemeritată, a urmat o alta în care metoda hipnozei a fost desconsiderată și aproape complet izgonită din arsenalul terapeuticii. Aceasta a fost perioada în care accentul a fost pus din ce în ce mai mult pe studiul laturii biologice a organismului bolnav. Fără îndoială că rezultatele obținute prin adîncirea laturii biologice a diferitelor boli psihice a deschis perspective nelimitate de combatere a acestora.

Actualmente, prețuirea hipnozei ca metodă terapeutică își găsește o bază științifică în învățătura lui I. P. Pavlov. De aceea, astăzi, mai mult ca oricînd, aplicarea ei în clinică nu poate fi făcută la voia întîmplării, pe criterii empirice, ci în conformitate cu anumite principii științifice și în special după legile de fiziologie și fiziopatologie a activității nervoase superioare.

Astfel, se înțelege de la sine că metoda hipnotică nu este eficientă și deci nu are utilitate în acele boli psihice (psihoze, demențe, oligofrenii) care sînt legate în mod sigur de o vătămare organică a creierului prin infecție, intoxicație, traumatism, endocrinopatie etc. Adesea, în aceste cazuri, în afară de faptul că afecțiunea ca atare este greu de influențat prin hipnoză și bolnavul este refractar la acțiunea de hipnozare.

Alteori, prin această metodă putem obține doar îndepărtarea unor simptome nevrotice, fără ca starea de fond a bolnavului să sufere vreo modificare pozitivă.

Se cunoaște ceea ce a însemnat pentru unii bolnavi folosirea fără discernămînt și fără competență a metodei hipnotice.

Scanned with OKEN Scanner

In această privință încă de multă vreme au putut fi semnalate unele rezultate nefavorabile pentru bolnavi. Astfel, se cunoaște faptul că pe vremea lui Charcot o dată cu răspîndirea practicii hipnotice a avut loc o răspîndire a manifestărilor isterice. Totodată se producea o accentuare a pericolului de simulație și de suprasimulație a tulburărilor psihice.

Ba chiar uneori, la unii indivizi normali sau aflați la granița normalului, prin aplicarea abuzivă a hipnozei s-a putut cultiva pe această cale o nevoie sau o deprindere artificială de a fi hipnotizați cu orice preț, întocmai ca și nevoia imperioasă față de morfină, alcool etc. S-a mai observat că dintre aceștia unii devin „colaboratori" suspect de complezenți la unele demonstrații publice de hipnoză. Este limpede că asemenea colaboratori trebuie evitați, ei neavînd ce căuta în practica medicală a hipnozei.

Ținînd seama de cele afirmate mai sus este recomandabil ca metoda hipnotică să fie utilizată numai după ce au fost încercate fără succes celelalte metode psihoterapeutice și în special psihoterapia rațională, explicativă, în starea de veghe a bolnavului.

Atunci cînd se recomandă unui bolnav hipnoza ca metodă terapeutică este deosebit de important să se întreprindă în prealabil o analiză anamnestică amănunțită spre a se scoate în evidență condițiile de viață ale acestuia precum și împrejurările în care a apărut boala sa psihică.

De asemenea, este necesar ca înainte de a se trece la aplicarea acestei metode, să se stabilească între medic și bolnav o legătură psihică, să se obțină încrederea bolnavului în hotărîrile medicului său. Se înțelege că nu avem dreptul să trecem peste voința bolnavului, de aceea îi vom cere întotdeauna consimțămîntul înainte de a-l hipnotiza.

Condițiile de care trebuie să se țină seama în practica hipnozei arată că aceasta nu poate fi redusă la simpla mînuire a tehnicii de hipnotizare, ori cît de perfectă și de spectaculoasă ar fi ea. Pentru ca eficiența să fie maximă, este bine ca medicul hipnotizator să cunoască bine fiziologia și fiziopatologia activității nervoase superioare

Scanned with OKEN Scanner

boala pe care o tratează pe această cale și totodată să fie bine informat cu privire la particularitățile individuale ale bolnavului său.

Pentru ca hipnoza să fie aplicată în practica medicală pe o bază științifică, trebuie să se combată orice prejudecată cu privire la fenomenele respective. În special, medicul care folosește hipnoza în practica sa curativă, să fie el însuși convins și să convingă și pe bolnavul său, că ceea ce el face nu implică vreo forță supranaturală și nici o voință de fier, un fluid sau un magnetism personal, o privire excepțională etc. Este lesne de închipuit influența negativă pe care o poate avea asupra bolnavului convingerea greșită a medicului că el este înzestrat cu atribute speciale.

Inutil să mai insistăm asupra faptului că medicul care folosește această metodă trebuie să aibă pe lîngă pregătirea științifică necesară și o conduită morală corespunzătoare.

Date fiind condițiile de mai sus, se înțelege de la sine de ce tratamentul cu ajutorul hipnozei este îngăduit numai medicilor și aceasta numai în cadrul unor instituții spitalicești sau științifice. În acest fel se înlătură posibilitatea unor consecințe dăunătoare de pe urma aplicării nejustificate sau incompetente a sugestiei verbale și totodată se poate lichida faima șarlatanească a celor care urmăresc, ca pe această cale, să exploateze suferințele bolnavilor. Evident că orice încercare de a se utiliza hipnoza de către alte persoane decît medici sau în alte scopuri decît cel medical, trebuie să fie cu desăvîrșire interzisă.

Față de afirmația unora că am putea folosi calea sugestibilității ca mijloc de a transmite oamenilor anumite convingeri sau atitudini, trebuie să avem o poziție categorică. Utilizarea sugestibilității ca metodă de educație înseamnă pur și simplu a nega rolul activ al conștiinței omului și totodată a încălca în mod grosolan libertatea sa individuală. Trebuie respinsă ideea că putem mări sugestibilitatea oamenilor, transformîndu-i în niște ființe automate.

Viața activă a omului implică starea de veghe a orga-

Scanned with OKEN Scanner

nismului, adaptarea rațională, reflectarea cît mai precisă a realității obiective. Proprie omului este conștiința reflectată, ceea ce înseamnă că el are posibilitatea funcțională de a judeca singur comportarea, de a căuta și găsi soluțiile cele mai bune în fața problemelor vieții. Educația își propune să dezvolte aceste posibilități.

În același sens, educația trebuie să ducă la dezvoltarea deprinderii de a controla ceea ce este reacție de tip interior, irațional, inconștient, automat, sugerat etc. Oricum s-ar prezenta ea, imperativă sau persuasivă, sugestia rămîne un mijloc inferior de a influența conștiința omului. Ba chiar putem spune că sugestia poate deveni un factor negativ care duce la pierderea libertății și conștiinței. Atîta vreme cît pe calea sugestiei se transmit anumite ordine se poate afirma că ea constituie o violare a conștiinței.

Este limpede că acolo unde nu există cunoaștere clară, rațională, a realității obiective, nu poate exista nici înțelegerea ei, deci nici libertatea de a hotărî și a acționa. Libertatea nu poate exista în afara exercitării conștiinței clare. Iată de ce ne putem întreba: ce ar mai rămîne din măreția ființei umane dacă am recurge la măsuri care să-i știrbească dezvoltarea sentimentelor, voinței, responsabilității?

Pe de altă parte este de la sine înțeles că dincolo de anumite limite, însăși sugestibilitatea devine un simptom psihic. Dar chiar și în cazurile patologice, psihoterapia nu poate avea drept țel transformarea bolnavului într-o ființă dependentă de sugestia verbală impusă de către medic. Prin folosirea intempestivă a acestei metode, bolnavul nu-și recapătă încrederea în sine și nici nu este mobilizat și antrenat în rezolvarea problemelor mai grele care i le pune viața.

Așa cum ne învață clasicii marxism-leninismului, rolul specific al conștiinței, ca cea mai înaltă formă de reflectare a lumii reale, este tocmai acela de a face posibilă îndeplinirea unor activități îndreptate spre un scop. Oamenii, spre deosebire de toate celelalte ființe, sînt înzestrați cu conștiință și voință, în vederea realizării unor

Scanned with OKEN Scanner

anumite scopuri, care nu exclud ci, dimpotrivă cuprind necesitatea istorică. Numai atitudinea conștientă față de necesitatea istorică îi creează omului posibilitatea unei dezvoltări nelimitate. Așa cum a arătat Engels, conștiința oamenilor este aceea care permite saltul din imperiul necesității oarbe în imperiul libertății.

În lumina acestei concepții apare limpede ideea că dominarea, asupra noastră înșine ca și asupra legilor naturii, nu se poate realiza pe calea cultivării sugestibilității oamenilor, ci dimpotrivă, numai pe calea unei dezvoltări nelimitate a conștiinței lor.

Iată de ce în formarea unui om de tip nou, într-o societate nouă, nu este loc de ezitare în alternativa: educație prin sugestie verbală sau educație prin dezvoltarea spiritului critic și autocritic?

Iată de ce putem conchide că domeniul de acțiune a sugestiei verbale trebuie să rămînă, în mod exclusiv, în sfera patologicului.

În concluzie putem spune: expunerea de mai sus reprezintă o încercare de a întări convingerea cititorului că fenomenele hipnotice și sugestia verbală au o bază materială, fiziologică, care a fost descoperită de către I. P. Pavlov; aceste fenomene se produc în condiții bine determinate, ca orice fenomen natural și în sfîrșit ele pot constitui o metodă curativă fundamentată științific, deci cu indicații și contradicții precise.

Scanned with OKEN Scanner

CUPRINS

	Pag.
1. Despre hipnoză şi sugestie	3
2. Scurt istoric al dezvoltării cunoştinţelor despre hipnoză şi sugestie	4
3. Fenomenele hipnozei şi sugestiei verbale. Explicaţia lor fiziologică în lumina concepţiei lui I. P. Pavlov	8
4. Hipnoza şi sugestia verbală la om	23
5. Aplicaţiile hipnozei şi sugestiei în medicină	33

Tehnoredactor: Damian Maria
Corector: Băeşu Gh.

Dat la cules: 10.07.957. Bun de tipar: 5.09.1957. Tiraj 10000+150 exemplare. Hîrtie cărţi şcolare de 65 grim.p. Format: 16,54×84. Coli editoriale: 2,35. Coli tipar: 3,00. A.: 1519/1957. Pentru bibliotecile mari indicele de clasificare 61 (023). Pentru bibliotecile, mici indicele de clasificare: 61.

Tiparul executat la Întreprinderea Poligrafică Craiova
Bd. Mihai Viteazu nr. 4, Craiova — R. P. R.